

# 大学附属の心理相談室が地域の心理援助に果たす役割

## — 昭和女子大学生活心理研究所心理臨床相談室の場合 —

田口 香代子・佐藤 <sup>あきこ</sup> 昌子

### The Role of the Counseling Room which is affiliated with the Showa Women's University

Kayoko TAGUCHI and Akiko SATO

Since its establishment 14 years ago, the annual number of counseling cases has increased from 6 to 57 at the Institute of Psychological Studies (IPS.) In accordance with this increase, we will examine what unique roles make this institute distinguishable from the other institutions including such things as the educational counseling center, rehabilitation center for disabled children and psychiatric clinic. We also study the possible assistance which can be provided within the community and find the appropriate consulting system which fulfills its purpose. According to the brief summary of cases treated by IPS in 2006 and 2007, the clients are grouped mainly into women in their thirties and minors. Cases commonly treated include developmental disorder which is seen in infants and elementary school students, as well as domestic issues which commonly occur amongst women in their thirties. Most of our clients visit IPS with a referral from a clinic for psychiatry or psychosomatic medicine having no certified clinical psychologist and therefore, counseling and examinations by certified clinical psychologists have been key responsibilities of IPS. Consequently, it is conceivable that training for the graduate students working for IPS as interns should focused more on assessment and counseling with active listening.

*Key words : counseling room affiliated with University (大学附属の心理相談室),  
role in the community (地域に果たす役割), counseling (カウンセリング),  
assessment (アセスメント)*

#### はじめに

近年、こころの健康への関心はますます高まってきており、時代の要請を受け、心理援助に関する施策は年々充実したものになってきている。国の施策としては、教育分野におけるスクールカウンセラー事業の展開、特別支援教育の開始、適応指導教室の充実などが挙げられる。その他の分野においても、発達障害者支援法の施行、子育て支援センター事業の展開、職場のメンタルヘルス対策、児童虐待防止対策、自殺防止対策、配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護に関する法律などが施行され、各自治体での取り組みも進んで

ている。昭和女子大学生活心理研究所心理臨床相談室（以下、当相談室とする）の所在地である東京都世田谷区も心理援助を提供する機関が充実しており、児童相談所、教育相談所（室）、警視庁少年センター、総合福祉センターなどの公立機関の他、精神科、心療内科、児童精神科、思春期外来などの専門外来を設ける医療機関については、公立と民間とを合わせると相当数が存在している。

一方、臨床心理士養成指定大学院が156校となる中（日本臨床心理士資格認定協会，2008）、大学附属の心理相談室も地域に広く開かれ、認知されるようになってきた。当相談室もその一つであり、開設から14年、年間の新規相談受付件数も6件か

ら57件に増加している（生活心理研究所，1999，2008）。相談件数の増加に伴い、大学附属の心理相談室には、教育相談所（室）や、療育を行う機関、精神科クリニックなどと異なる役割があるのではないか、どのような役割があるのか、役割にふさわしい相談室にしていくためには、今後どのような体制作りが必要なのかについて、当相談室を例にとり、検討する。

まず、Ⅰ部では当相談室の平成18年度・19年度の新規相談受付件数と相談内容について概要をまとめる。それらを受けてⅡ部では、地域における心理臨床的援助の可能性と課題について検討する。大学院生の実習機関でもある大学附属の相談室が、地域への援助に果たしている特徴を整理し、今後担うべき役割を考えると共に、大学院生の実習の在り方の検討を行うことが本論文の目的である。

## Ⅰ. 昭和女子大学心理臨床相談室の相談状況

### 1. 当相談室の特色

当相談室は、大学院生活機構研究科の附属機関である生活心理研究所に併設されており、地域の方々を対象に心理臨床相談活動を行っている。また、同研究科心理学専攻臨床心理学講座は、臨床心理士養成指定大学院の第1種に認定されており、当相談室は、同講座に所属する大学院生の実習機関としても機能している。相談室は、室長1名、室長を含む指導カウンセラー9名、専任カウンセラー1名、特別研究員、相談事務1名で構成されており、指導カウンセラー及び専任カウンセラーは全て臨床心理士である。新規相談申し込みは電話で受け付け、専任カウンセラーまたは指導カウンセラーによるインテーク面接の後、ほぼ週1回開催されるインテークカンファレンスにて、受理に関する検討や、ケース担当者及びスーパーバイザーを決定している。なお、当相談室では、男性の相談は小学生まで受付けており、保護者のみの相談を除く中学生以上の相談については、原則として他機関を紹介している。

インテークカンファレンスにて受理となった場合は、原則として大学院生（以下、大学院生スタッフとする）がケース担当者になり<sup>1)</sup>、指導カウンセラーもしくは専任カウンセラーがスーパーバイザーとして指導にあたる。指導は、ケース1回につき1～1時間半程度であり、丁寧なスーパー

ビジョンを行っている。また、大学院生スタッフは、自分が担当するケース以外にも、来談者の了解を得た上でのインテーク陪席、プレイセラピーのビデオ録画係、来談者の子どもをカウンセリング中に預かる託児の担当などを通して、より多くのことを学ぶ機会が充実していることが当相談室の特徴である。

## 2. 地域における当相談室の役割

ー平成18年度・19年度相談状況からー

次に、当相談室で新規受付をした平成18年度30件、平成19年度40件の相談内容を整理し、地域における当相談室の役割や、今後の課題について検討する。

### (1) 地域別相談件数

図1は、地域別にみた相談件数の割合である。平成18年度・19年度に受付けた相談は計70件であった。地域別の内訳は、全相談件数の43%にあたる30件が世田谷区在住者、24%にあたる17件が東京都在住者、26%にあたる18件が神奈川県在住者である。なお、本論文において、東京都在住者とは世田谷区を除く都内在住者を示している。神奈川県在住の相談者については、当相談室の最寄り駅がある東急田園都市線が都内から神奈川県に乗り入れている関係で、交通の便が良いことから、一定数の来談があると考えられる。同様に、東京都在住の相談者についても、都内は全般的に交通の便が良く、当相談室へも比較的来談しやすいことから、一定数の来談があると考えられる。結果として、当相談室への来談者は、世田谷区在住者からの相談が最も多いことが示された。

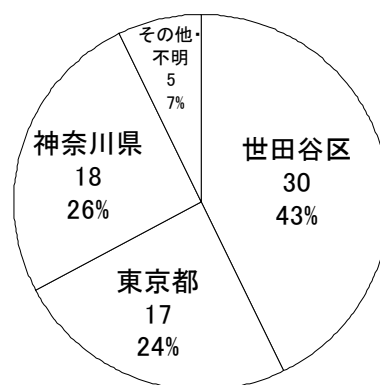


図1 地域別相談件数 (件)

(2) 世田谷区在住相談者と東京都・神奈川県在住相談者の年代

図2は、世田谷区在住の相談者を年代別に整理したものである。計30件の内訳は、幼児3件（10%）、小学生8件（27%）、中学生2件（6%）、高校生3件（10%）、20代2件（6%）、30代8件（27%）、40代2件（7%）、50代以上2件（7%）であった。すなわち、全体の約半数にあたる16件（53%）が幼児から高校生の相談である。また、20代から50代以上までの成人女性の中では30代の相談の割合が多く、結果として世田谷区在住者は、主に成人前の子どもと30代からの相談が多いことが示された。

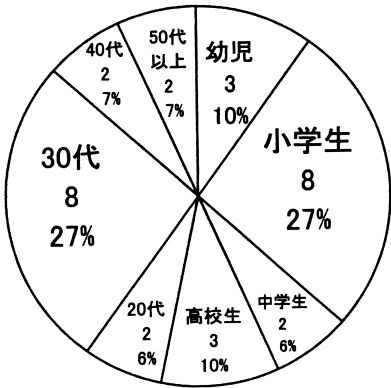


図2 世田谷区在住の相談者の年代（件）

図3は、東京都・神奈川県在住の相談者を年代別に整理したものである。計40件の内訳は、幼児3件（7%）、小学生8件（20%）、中学生3件（7%）、高校生5件（12%）、20代11件（28%）、30代4件（10%）、40代5件（13%）、50代以上1件（3%）であった。世田谷区在住の相談者と同様に、全体の約半数にあたる19件（48%）が幼児から高校生の相談であった。また、20代から50代以上までの成人女性の中では20代の相談の割合が多く、結果として東京都・神奈川県在住者は、主

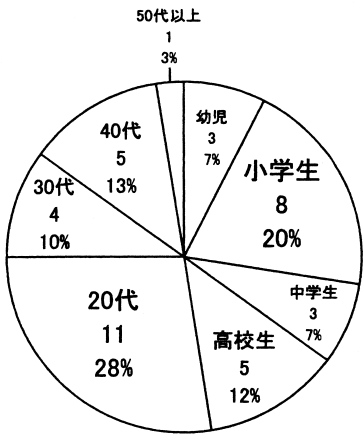


図3 東京都・神奈川県在住の相談者の年代（件）

に成人前の子どもと20代からの相談が多いことが示された。

(3) 世田谷区在住相談者と東京都・神奈川県在住相談者の来所経路

世田谷区在住の相談者の来所経路は表1に示す通りである。来所経路について、より比較検討しやすくするため、相談者を幼児・学齢期と成人女性とに二分して整理した。計30件の内訳は、医療機関15件（50%）、広告・ホームページ（以下、HPとする）4件（13%）、相談機関7件（23%）、知人1件（3%）、SHIP<sup>2)</sup> 2件（7%）、その他・不明1件（3%）であった。なお、本論文において、相談機関とは近隣の公立教育相談所（室）の他、スクールカウンセラーや幼稚園教諭からの紹介を含むものとする。世田谷区在住の相談者は、その半数が医療機関からの紹介であった。さらに、幼児・学齢期と成人女性の両方について、相談機関や SHIP など、近隣の、地域に根ざした機関からの紹介が全体の3割を占めていることが特徴的であった。

東京都・神奈川県在住の相談者の来所経路は表2に示す通りである。表1と同様に、来所経路に

表1 世田谷区在住の相談者の来所経路（件）

	医療機関	広告・HP	相談機関	知人	SHIP	その他・不明	計
幼児・学齢期	6	2	6	1	1	0	16(53)
成人女性	9	2	1	0	1	1	14(47)
計	15(50)	4(13)	7(23)	1(3)	2(7)	1(3)	30(100)

括弧内は%

表2 東京都・神奈川県在住の相談者の来所経路（件）

	医療機関	広告・HP	相談機関	知人	SHIP	その他・不明	計
幼児・学齢期	12	3	0	3	0	1	19(48)
成人女性	12	3	0	1	0	5	21(52)
計	24(60)	6(15)	0(0)	4(10)	0(0)	6(15)	40(100)

括弧内は%

ついて、より比較検討しやすくするため、相談者を幼児・学齢期と成人女性とに二分して整理した。計40件の内訳は、医療24件（60%）、広告・HP 6件（15%）、知人 4件（10%）、相談機関と SHIP は0件、その他・不明 6件（15%）で、医療機関からの紹介が全体の 6 割を占め、相談機関や SHIP といった近隣地域の機関からの紹介がないことが特徴的である。

以上のように、世田谷区在住者については、近隣地域との関わりから当相談室に来談するケースがみられ、このことは、当相談室が地域から認知され、利用されていることを示すものといえよう。

#### （4）相談者の年代別来所経路・相談内容

次に相談内容について整理を行った。相談内容は、年代によって特徴がみられることが予測されるため、まずは相談者全体を年代別に分類した（図4）。

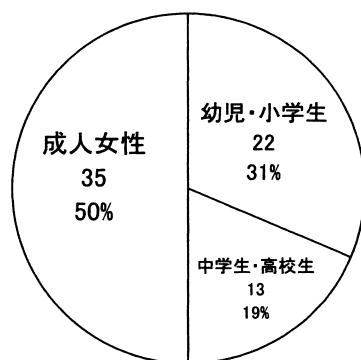


図4 年代別相談件数（件）

計70件の内訳は、成人女性35件（50%）、幼児・小学生22件（31%）、中学生・高校生13件（19%）であった。なお、成人女性の相談とは、自分自身の問題が主訴となって来談している場合を示し、保護者として来談した場合は、子どもと保護者とを合わせて1件とカウントし、子どもの年代へ分類している。結果として、成人女性の相談と子どもの相談が同じ割合であることが特徴的であり、当相談室は、子どもから大人まで偏りなく幅広い年代の相談を受け入れていることが示された。

さらに、相談内容の特徴を明らかにするため、年代毎に来所経路と相談内容の整理を行った（表3、表4、表5、表6、表7）。なお、成人女性については、より詳細に特徴を把握するため、さらに20代、30代、40代、50代以上の4つのカテゴリーに分類した。ただし、50代以上の来所経路と相談内容については相談件数が3件と少なく、インタビューのみで他機関へ紹介したケースやカウンセリングが適切ではないと考えられるケースであったため、本論文では特に検討を行わないこととする。

#### 幼児・小学生の来所経路と相談内容

幼児・小学生の来所経路と相談内容は表3に示す通りである。計22件の来所経路の内訳は、医療機関9件（40%）、相談機関、知人が4件（18%）、広告・HP 3件（14%）、SHIP 1件（5%）、その他・不明1件（5%）であった。相談内容は「発達障害」<sup>3)</sup> 9件が最も多く、全体の41%を占

表3 幼児・小学生の来所経路別相談内容（件）

	医療機関	広告・HP	相談機関	知人	SHIP	その他・不明	計
発達障害	5	1	1	2	0	0	9(41)
子育て不安	3	1	0	1	0	0	5(23)
集団不適応・落着きな	1	1	1	1	0	0	4(18)
登園しぶり・不登校	0	0	1	0	1	0	2(9)
うつ症状・心身症状	0	0	1	0	0	1	2(9)
計	9(40)	3(14)	4(18)	4(18)	1(5)	1(5)	22(100)

括弧内は%

めており、次いで「子育て不安」5件が全体の23%を占めていた。「発達障害」9件のうち5件が、「子育て不安」5件のうち3件が医療機関からの紹介であり、共に来談経路として最も多かった。全体として、医療機関からの紹介が多いものの、来所経路が多岐にわたっていることも特徴であった。

「発達障害」の事例としては、発達障害と診断された後に、①具体的に子どもとどのように関わっていけばよいかといったことや、②保護者の障害受容に関わる内容で来談するケースがみられ、並行して医療機関への受診も続けている場合が多い。一方、「子育て不安」は、①きょうだい児が発達障害と診断されているため心配で来談するケースや、②保護者が子どもの行動を心配して来談するケースである。「子育て不安」の②の場合は、発達障害が疑われる集団不適応や、特に幼児の場合は育てにくさといった主訴での来談がみられた。

同じ医療機関からの紹介であっても、「発達障害」と「子育て不安」では当相談室が果たす役割は異なる。「発達障害」の場合は、大学院生スタッフがプレイルームで子どもに関わって心理教育的支援を行うと同時に、臨床心理士が家庭での子どもへの関わりを保護者に助言・指導することが必要である。一方、「子育て不安」の場合は子どものアセスメントが主な目的になり、その結果をふまえて他機関へ紹介をしたり、子育ての方針について助言をするなど、保護者の子育て不安をサポートすることが必要である。当相談室におけるこれらの取組みについて、次に「子育て不安」と「発達障害」の事例を1事例ずつ紹介する。なお、プライバシー保護の観点から、事例は全て、本質を損なわない程度に一部改変している。

#### 【事例1】子育て不安 2歳10ヶ月 男児

同年齢ぐらいの子どもと物の取り合いになったり、順番争いになったりすることが多く、思い通りにならないと相手を押したり、無理やり取ろうとしたりするので困っているとのこと。2歳過ぎ頃からこのようなトラブルが目立つようになり、2歳半頃にはことばで言えるようになって落ち着いていたが、ここ1ヶ月前から噛んだり叩いたりするようになり、心配になって来談した。

生育歴については、順調な発育で、特記すべき問題は認められない。会社員で子煩悩な父親、専

業主婦の母親と本児の三人家族。母親は現在妊娠9ヶ月で、妊娠後期に入ってから、本児を抱くことができず、外出も必要最小限に控えているとのこと。

当相談室では、プレイルームにおいて母子同室面接を行い、大学院生スタッフが本児を遊ばせながら行動観察を行い、臨床心理士が母親の相談に対応した。行動観察、新版K式発達検査、津守式乳幼児精神発達質問紙、母親からの聞き取りなどによりアセスメントを行った結果、大人とのかかわりのもち方、言語の理解・表出、遊びの豊かさなど、いずれの面においても年齢相応であり、発達障害を疑わなければならない行動や特性は確認できなかった。これらの結果から、本児の状態は、妊娠中の母親に甘えられないストレスによる、一時的な、いわゆる「赤ちゃん返り」の可能性が高いと考えられた。

この事例では、出産予定間近ということもあり、1ヶ月の間に2回の面接を行った。上記アセスメントを母親に伝え、本児のストレス軽減のために家庭の中で工夫できることについて話し合った。母親が安定してきたことともに、大学院生スタッフと一対一で遊ぶことで満足感が得られたことも奏功したのか、その後、母親から電話連絡があり、他児とのトラブルが目立たなくなり、むしろ年下の子を可愛がったりする行動も見られるようになってきたとのことであった。

#### 【事例2】発達障害 小学校5年 女児

公立小学校の通常学級に在籍。児童精神科クリニックで「LD（学習障害）の疑い」と言われ、当相談室を紹介された。中学進学に向けて本児の認知特性を知り、家庭学習や、進路選択の参考にしたいという目的で来談した。保護者も、本人も、LDについて、優れた得意分野が隠されている天才肌の人という期待を抱いていた。

小学校低学年の頃から、文字の習得が困難で、放課後担任に個別指導をしてもらったり、興味をもちやすいような家庭学習を工夫したりしてきたが、漢字テストでは毎回のように0点になる。ひらがなも、拗音、撥音の表記があやふやで、濁点の付け忘れが目立つ。読解も苦手なので、学年が進むにつれて他の教科のテストでも点がとれなくなり、次第に興味を失いつつある。ただ、友だちは多く、元気に登校している。礼儀正しく、素直

で、大人との関係も良好である。

当相談室では、WISC-Ⅲと K-ABC を実施。WISC-Ⅲでは言語性 IQ81、動作性 IQ65、全 IQ76、K-ABC では、継次処理尺度75、同時処理尺度92、認知処理過程尺度81、習得度尺度90。知識や社会的常識は年齢相応に身についており、状況理解もよいが、視覚的短期記憶や、視覚的情報の再生が弱く、文字の学習には特別な支援が必要と考えられる結果であった。保護者には、結果の数値だけでなく、検査中の様子を録画したビデオや検査用具の実物も見せ、どのような課題に対してどう反応したかを具体的に伝えた。また、家庭での様子と情報をすり合わせながら、本児のできること、苦手なことについて確認し、周囲からは気づかれにくい、見た目以上に苦手なことが多いという本児の認知特性についての理解を深めた。その上で、本児が学びやすい学習方法や教材の例を提案し、自信を失わせないように配慮について話し合った。

検査結果は、保護者が予想していた以上に低く、保護者は当初「何の望みももてないということですね」という怒りにも似た言葉で結果を拒否しようとした。その一方で、在籍校に検査結果を説明したり、特別支援の得られる進路について情報収集をしたり、積極的に本児の発達障害を受け入れようしている時期もあった。また、「もっと早く気づいてやればよかった……」と悔やんだり、「何故うちの子だけが……」と失望したり、発達の遅れを受け入れるのには時間がかかった。

この事例では、月1～2回、約4ヶ月にわたって保護者面接を重ねた。保護者からの希望で、本児に対しても、理解しやすい報告書を保護者用とは別に作成した。得意な面と苦手な面の両方を説明し、得意な面を生かすためにどうするかを書いて説明した。本児なりに、「わかっていたことだよ」と言いながら、安堵したようであった。保護者は「ここで相談することで、自分の考えたこと

や集めた情報の整理ができます」とも話し、その後、本人の希望も踏まえて、特別支援の得られる進路を選択していった。

#### 中学生・高校生の来所経路と相談内容

中学生・高校生の来所経路と相談内容は表4に示す通りである。計13件の来所経路の内訳は、医療機関9件(70%)、広告・HP、相談機関が2件(15%)、知人、SHIP、その他・不明はいずれも0件であった。相談内容は「発達障害」6件が最も多く、全体の46%を占めており、次いで「不登校・ひきこもり」5件が全体の39%を占めていた。これらの来所経路については「発達障害」6件のうち5件が、「不登校・ひきこもり」5件のうち4件が医療機関からの紹介であり、共に来談経路として最も多くなっていた。全体として、医療機関からの紹介が来談経路の約7割を占めていることが大きな特徴であった。

「不登校・ひきこもり」には背景に発達障害や精神疾患を含むケースもあると考えられるが、本論文では、来所時の主訴により、「不登校・ひきこもり」または「発達障害」に分類した。いずれの場合も医療機関と並行して心理的な関わりを求めて来所したケースが多く、「発達障害」については学齢期ということを反映して、学校での対人関係上の困難の他、学習面での困難を主訴として来談するケースが多くみられた。

同じ医療機関からの紹介でも「発達障害」と「不登校・ひきこもり」とでは当相談室が果たす役割は異なる。具体的な関わりとして、「発達障害」の場合は、大学院生スタッフが本人にカウンセリングを行って本人の悩みを十分に把握し、必要があれば心理検査を実施し、結果をフィードバックすることによって障害受容や自己理解の深まりを援助している。同時に、臨床心理士が子どもへの関わりや学校などの関連機関との連携について保護者に助言・指導することも必要である。当

表4 中学生・高校生の来所経路別相談内容(件)

	医療機関	広告・HP	相談機関	知人	SHIP	その他・不明	計
発達障害	5	0	1	0	0	0	6(46)
不登校・ひきこもり	4	1	0	0	0	0	5(39)
子育て不安	0	1	1	0	0	0	2(15)
計	9(70)	2(15)	2(15)	0(0)	0(0)	0(0)	13(100)

括弧内は%

相談室は、保護者へのサポートはもとより、本人が自己理解を深めることによって進学・進路など自分の将来を考える場になっており、思春期の発達課題や特徴を考慮した関わりを行っているといえる。一方、「不登校・ひきこもり」の場合は、大学院生スタッフが本人に受容的に関わることによってつながりをもつことから始まり、それと同時に臨床心理士が保護者の不安をサポートしながら家庭での関わり等について助言をしている。当相談室におけるこれらの取組みについて、次に「不登校・ひきこもり」の事例を1事例紹介する。

### 【事例3】不登校・ひきこもり 17歳 女子高校生

精神科クリニックから紹介され、母親に連れられて来談。進学校に入学し、成績優秀で、運動部にも所属していたが、極端なダイエットをしたことから体調を崩し、高校1年生の冬から不登校状態となった。通信制高校に転学したものの、ほとんど家から出られなくなり、1年近く引きこもり状態が続いたところでの来談であった。些細なことで感情的になってしまうため、家族は腫れ物にさわるとにかかわっていた。精神科クリニックでは抗うつ薬を中心とする薬物療法を受けており、主治医と連携をとりながら、医学的な治療を併行してカウンセリングを行った。カウンセリングは約半年の間に計13回行った。

来談当初は、母親に連れられて来談したことへの不満があったせいか、目深にかぶった帽子を脱ごうともせず、質問に対しては小声で必要最小限のことを答えるのみであった。クライアントと年齢の近い大学院生スタッフが担当し、プロミスリング作り、塗り絵など、クライアントの内面に触れすぎない作業に誘い、手作業をしながら無理のない会話をつなげていった。次第にクライアントは来談を楽しみにするようになり、おしゃれをして来談するようになり、自発的な会話も増えていった。自信のなさや、家族への不満、将来への焦りなどの内面を少しずつ言葉にして語れるようになった。

さらに、相談室の行き帰りに買い物ができるようになったり、母親の付き添いなく一人で来談できるようになったり、来談をきっかけに、少しずつ外出や人と会うことへの抵抗が薄れていった。担当していた大学院生スタッフの卒業を機会に、

クライアントと家族の希望を確認し、主治医とも連携し、より専門的に認知行動療法を受けられるカウンセリングの場を紹介し、当相談室での相談は終結となった。

### 20代の来所経路と相談内容

まず始めに、成人女性全体の来所経路について図5に示す。計35件の内訳は、医療機関21件(60%)、広告・HP 5件(14%)、相談機関、知人、SHIP はそれぞれ1件(3%)、その他・不明6件(17%)であり、来所経路が多岐にわたるなか、医療機関からの紹介が最も多く、全体の6割を占めていた。

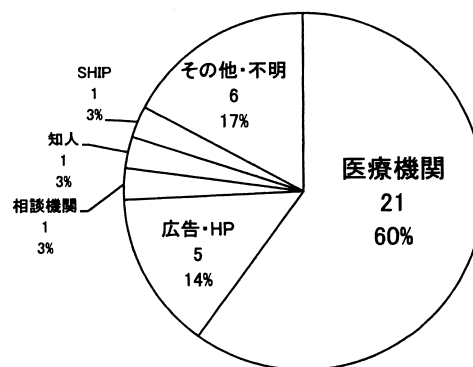


図5 成人女性の来所経路 (件)

これらを踏まえ、さらに20代、30代、40代について整理した結果をみることにする。

20代の来所経路と相談内容を整理した結果は表5に示す通りである。計13件の内訳は、医療機関11件(84%)、広告・HP 1件(8%)、相談機関、知人、SHIP が0件、その他・不明は1件(8%)であった。医療機関と並行して来所するケースが多いことと、当相談室は土曜の相談受け入れ枠が少ないため、平日勤務をしている人が利用しにくく、就労している人の割合が少ないことが20代の特徴であり、さらに医療機関からの紹介が全体の8割以上を占めることから、比較的症状や不適応状態が深刻なケースが多いと思われる。

相談内容は「うつ症状<sup>4)</sup>・心身症」4件(31%)、「性格・生き方」、「職場」、「発達障害」がそれぞれ2件(15%)、「摂食障害」、「家庭内のストレス」、「恋愛」がそれぞれ1件(8%)であり、内容は多岐にわたっているが、大別すると、①「うつ症状・心身症」、「摂食障害」、「発達障害」を

表5 20代の来所経路別相談内容（件）

	医療機関	広告・HP	相談機関	知人	SHIP	その他・不明	計
うつ症状・心身症	3	0	0	0	0	1	4(31)
性格・生き方	2	0	0	0	0	0	2(15)
職場	1	1	0	0	0	0	2(15)
発達障害	2	0	0	0	0	0	2(15)
摂食障害	1	0	0	0	0	0	1(8)
家庭内のストレス	1	0	0	0	0	0	1(8)
恋愛	1	0	0	0	0	0	1(8)
計	11(84)	1(8)	0(0)	0(0)	0(0)	1(8)	13(100)

括弧内は%

主とした医療機関との連携が必要なケースと、②「性格・生き方」、「職場」を主とした、人間関係の構築に困難を感じ不適応状態となっているケースに二分される。①の場合は、医療機関との連携が不可欠で、医療機関での薬物治療に加えてカウンセリングによる心理学的な関わりを必要とするケースが多い。なお、「発達障害」では、本人が告知を受けていない場合があるが、生活をする中で感じている違和感を言語化することによって問題を整理し、必要に応じて主治医と連携をとりながら対応している。

②については、背景として子どもの頃から不登校などの不適応がみられ、結婚や就職による新しい人間関係の構築に困難を感じるケースが多く、「職場」も一見すると職場の人間関係やメンタルヘルスが問題にされやすいが、「性格・生き方」と似た側面をもち、もともと不適応になりやすい背景をもつケースが多くみられた。これらは、必ずしも医療が必要ではないが、適応という観点から心理学的関わりが求められているケースである。

当相談室におけるこれらの取組みについて、次に「発達障害」の事例を1事例紹介する。

#### 【事例4】発達障害 24歳 女性会社員

精神科クリニックの主治医からの紹介で、心理検査を希望して来談した。ルーティンワークでもミスが多い上、二つ以上の仕事を同時に要求されると、頭の中が真っ白になって簡単なことまで間違えてしまうというのが悩みの種であるとのこと。

診断は、高機能広汎性発達障害。小学校時代には、集団行動ができない等の不適応があり、通常学級に在籍しながら通級学級に通っていた。男子からのいじめ、女子の人間関係に苦労しながらも、

学業成績がよかったことや、家庭、保健室、スクールカウンセラー等の支援を受けられたことで、不登校になることもなく、大学まで無事に卒業した。現在は、新卒で就職した会社の一般事務に従事している。精神科クリニックには、大学時代に不眠等の症状が出たことで受診し、軽い精神安定剤が処方されている。

自分の個性について知りたいという主訴から、認知特性の把握を主な目的として WAIS-III とエゴグラムを実施。WAIS-III の結果は、言語性 IQ115、動作性 IQ62、全検査 IQ90、言語理解 123、知覚統合62、作動記憶84、処理速度65という結果であり、言語的な情報処理に優れている一方、視覚的な情報処理が非常に苦手であることがわかった。エゴグラムは、自信がなく、依存的な傾向がみられるという結果であった。

この事例では、検査も含めて3回の面接を行った。クライアントにもわかりやすい心理検査結果プロフィールを作成し、得意・不得意の差が大きいことを伝えた。クライアントにとって、これまで感じていた周囲との違和感や生き難い感覚が、今回の心理検査結果を聞いて腑に落ちるところが多く、クライアントの自己理解が深まっていった。また、検査結果をもとに、仕事は一つずつ付箋等にメモして貼るなど、視覚的な情報処理の苦手さを補うような工夫について具体的な対策を助言した。その後もクライアントの必要に応じて、不定期に数回のカウンセリングを継続し、職場で困ったことについて対応を一緒に考えた。その後、クライアントは順調に職場に適応し、次第に相談間隔があき、良い報告が増えるようになっていった。なお、心理検査結果は、クライアントの理解を得て主治医に報告し、診療に活用してもらっている。



### 30代の来所経路と相談内容

30代の来所経路と相談内容を整理した結果を表6に示す。計12件の内訳は、医療機関6件（50%）、広告・HP2件（17%）、相談機関、SHIPが各1件（8%）、知人0件、その他・不明は2件（17%）であり、来所経路は多岐にわたっていた。医療機関からの紹介が8割を超える20代と比較すると、医療機関からの紹介は50%にとどまり、且つ、医療機関との連携が必ずしも必要とされないケースが多いことから、30代の来談者は比較的健康度が高いと考えられる。

相談内容は「家庭内のストレス」6件（50%）、「子育て不安」、「うつ症状・心身症」が各2件（17%）、「性格・生き方」、「職場」が各1件（8%）であった。30代という年齢を反映して既婚者の相談が多く、「家庭内のストレス」と「子育て不安」といった家庭にまつわる内容が全体の7割近くを占めていた。また、「うつ・心身症」の中にも、夫との死別がきっかけとなったケースがあり、相談内容と家庭が直接関連していることが30代の特徴といえる。臨床心理士または大学院生スタッフが、支持的な関わりを重視したカウンセリングによる心理学的関わりを行う中で、妻や母といった家庭での役割を担った来談者は、家族との関係にまつわるできごとを通して自分の人生や課題について考え、現状を自分らしく乗り越えていくことが多い。当相談室におけるこれらの取組みについて、次に「家庭内のストレス」の事例を1事例紹介する。

#### 【事例5】家庭内のストレス 35歳 女性

2歳の女兒を連れての来談。結婚3年目、初回来談の半年前に夫の不倫に気づいた。夫婦で話し合い、互いに関係を修復することを望んでいるこ

とがわかり、表面上は平穏な日常を取り戻した。しかし、クライアントは、掃除機をかけたり、洗濯物を干したりする何気ない日常の動作の合間に、ふと不倫が発覚した時の不快感が蘇ってくることに悩んでいた。夫は子煩悩で、クライアントも子育てを楽しんでいたが、この幸せが途切れるかもしれないと、不安感や胸苦しさを頻繁に感じていた。

カウンセリングでは、カウンセラーが言葉を挟む間もない程、夫の不倫が発覚して以来感じてきた悔しさ、寂しさ、腹立たしさなど様々な思いが語られた。そして、クライアントは、自分が感情を抑え、関係の修復や、子どもへの配慮を優先させてきたが、本当は傷ついていて、とても辛かったという自分の感情に気づくことができた。言いたくても言えなかった気持ちを、カウンセラーの前で言葉にすることで、自分自身の感情を客観視し、だんだんとクライアントの中で夫の不倫という現実との折り合いをつけられるようになった。

また、夫との関係を考える中で、クライアントは自分自身の対人関係のパターンについて振り返ることもできた。実父母に対しても、友だちに対しても、自分が受け入れられる自信がもてず、頼ることが苦手で、相手との間に距離を作ってしまう傾向があることなど、クライアントが長年気になっていたことについても話すことができた。そのようなカウンセリングを続けることで、しだいに不安感や不快感は気にならなくなっていった。子どもの幼児教室が始まり、日常生活が忙しくなってきたのを機会に、相談は終結となった。

この事例では、大学院生スタッフが1回50分、2週間に1回の間隔で約6カ月間継続的にカウンセリングを行った。丁寧に傾聴することによって、クライアント自身が問題を整理し、解決の糸口に気づくプロセスをサポートしている。安心して話

表6 30代の来所経路別相談内容（件）

	医療機関	広告・HP	相談機関	知人	SHIP	その他・不明	計
家庭内のストレス	2	2	0	0	1	1	6(50)
子育て不安	1	0	1	0	0	0	2(17)
うつ症状・心身症	1	0	0	0	0	1	2(17)
性格・生き方	1	0	0	0	0	0	1(8)
職場	1	0	0	0	0	0	1(8)
計	6(50)	2(17)	1(8)	0(0)	1(8)	2(17)	12(100)

括弧内は%

せるというだけで、気持ちが落ち着く事例も少ない。また、当相談室では、子育てから一時解放され、自分のためにカウンセリングを受けられるよう、学生による無料の託児を用意している。本事例でもカウンセリング中は、隣室のプレイルームで、学生2名が子どもの託児を行った。

#### 40代の来所経路と相談内容

40代の来所経路と相談内容を整理した結果を表7に示す。計7件の来所経路の内訳は、医療機関3件（43%）、広告・HP、知人が各1件（14%）、相談機関、SHIPが0件、その他・不明は2件（29%）であった。40代は件数自体が7件と少ないものの、20代、30代と比較すると医療機関からの紹介が最も少なく、その他の来所経路も広告・HP、知人など相談関連機関以外の領域にあり、30代と同様に比較的健康度が高い来談者が多いといえる。

相談内容は、「うつ症状・心身症」2件（30%）、「家庭内のストレス」、「性格・生き方」、「職場」、「発達障害」、「その他」が各1件（14%）であり、内容は多岐にわたり、件数にも大きな偏りはみられなかった。

30代と異なり、40代の来談者は自分のことを考えるために来談しているケースが多くみられる。夫の病気や女性問題、姑との関係といった家族に関わる問題が来談のきっかけになっている場合も、そのこと自体の改善や変化を望むより、50代、60代を見据えながら自分がどう生きるかを模索する場になっており、臨床心理士または大学院生スタッフが支持的な関わりを重視したカウンセリングによる心理学的関わりを行っている。また、30代にはみられなかった「発達障害」の事例が1事例あった。20代の事例と同様に、医療機関との連携が不可欠であり、当相談室ではアセスメントの上、

丁寧にフィードバックを行った。また、自己理解を促しながら、社会生活の中で、より力を発揮できる方法について共に考える場としても機能した。発達障害者支援法の施行等により、社会全体の発達障害への理解が深まると共に、今後は「発達障害」の相談が増えることも予測される。

次に、当相談室における具体的取り組みについて「性格・生き方」の事例を1事例紹介する。

#### 【事例6】性格・生き方 46歳 女性会社員

仕事上で大きなミスをすることもなく、職場の人間関係も表面的には問題なく保たれているが、クライアントにとって仕事は給料を得るためだけの手段でしかなく、満足感は感じられない。ここ1～2年、職場にいと疲れやすく、同僚と飲んだりしゃべったりする席では却ってストレスがたまってしまう。心療内科クリニックを受診したところ、「薬で治療するよりカウンセリングが適している」と指導され、当相談室に来談した。

家庭の事情で大学進学を諦め、やりたい仕事もなく、「どうせ結婚するまでの一時的な仕事」という気持ちで就職を決めた。好景気に後押しされ、条件のよい職場を求めて何度か転職をし、30代半ばからは、身軽さに魅力を感じて派遣社員として働くようになった。事務職としての経験は長い、特技や資格はなく、誰にでもできる仕事だと思いつつながらやっている。

交際した男性は何人かあったが、結婚までには至らなかった。両親は同じ市内に住み、健在だが高齢で、近い将来介護が必要になる可能性がある。クライアント自身も、昨年体調を崩して2週間程入院しており、体力的な面でも不安を感じるようになった。年齢的に新しいことを始めるのも困難と感じている。結婚して、子どもを産んでという普通の生活を望んでいたのに、結果的に今の人生

表7 40代の来所経路別相談内容（人）

	医療機関	広告・HP	相談機関	知人	SHIP	その他・不明	計
うつ症状・心身症	1	0	0	0	0	1	2(30)
家庭内のストレス	1	0	0	0	0	0	1(14)
性格・生き方	0	0	0	1	0	0	1(14)
職場	0	1	0	0	0	0	1(14)
発達障害	1	0	0	0	0	0	1(14)
その他	0	0	0	0	0	1	1(14)
計	3(43)	1(14)	0(0)	1(14)	0(0)	2(29)	7(100)

括弧内は%

を選んでしまったことへの悔いもある。何のために生きているのかと、自分自身の存在意義にも自信がもてなくなってきている。

この事例では、大学院生スタッフが1ヶ月に1回程度のペースで、1回50分のカウンセリングを半年間継続した。若いカウンセラーの前で、これまでの職業生活の中で得た経験を話したり、長年続けてきた陶芸の話を生き生きと語ったり、新しい方法で気分転換を試みた感想を話したりしながら、クライアント自身が自分の人生に肯定的な感覚をもち始めた。相変わらず時々気分が落ち込むことはあり、派遣社員という不安定な現実は変わらないが、「まあいいか…」と受け流せたり、楽しめたりすることができるようになり、カウンセリングは終結とした。

## Ⅱ. まとめ

### ―地域の心理援助に果たす役割の検討―

平成18年度・19年度の相談状況を整理した結果、当相談室の来談者は、世田谷区在住者が最も多いことが分かった。来談経路は医療機関からの紹介の他、近隣地域の関連機関からの紹介が多く、当相談室が地域に根づいた相談機関として利用されていることが示された。また、来談者は主に成人前の子どもと30代の女性が多いことが分かった。

次に、地域を問わず、年代別に来所経路と相談内容を整理した結果、地域における当相談室の役割を特徴づけることがら2点浮かび上がってきた。1点目は、幼児・小学生、中学生・高校生、成人女性の来所経路は全て、医療機関からの紹介が最も多くを占めていたことである。依頼の内容は、カウンセリングと検査が主となっており、臨床心理士が勤務していない医療機関で担うことが難しい部分を当相談室が担っていると考えられる。2点目は、健康度が高い30代と40代の来談者の存在である。当相談室は、この年代の女性がゆっくりと時間をかけて自分のことを振り返ることができる場として機能しており、特に40代については、家庭や子ども絡みの問題ではなく、自分のことを自分のために振り返る場になっており、医療機関などにはない当相談室ならではの取り組みといえる。

さらに、相談内容とそれに対する当相談室の取り組みについて整理した結果、各年代への取り組み

の特徴と、実習生である大学院生スタッフが果たす役割や求められることが明らかになった。

幼児・小学生の相談では、「発達障害」に次いで「子育て不安」が多かった。近年、マスコミなどで発達障害が取り上げられる機会が増え、家族が早い段階で発達障害に気づき、早期治療、早期療育につながるということが可能になっているが、その一方で、些細なことで発達障害ではないかと過剰に心配し、子育て不安に陥る弊害も少なからずある。そのような時に、医療機関を受診する前段階の窓口として当相談室は利用しやすいと思われる。この場合、大学院生スタッフはプレイセラピーをしながらアセスメントをする必要があり、アセスメントのトレーニングは必須と考えられる。中学生・高校生の相談では、「発達障害」に次いで「不登校・ひきこもり」が多くみられたが、「発達障害」では、思春期の発達課題や特徴を考慮した、より本人のニーズに沿った関わりが必要とされ、大学院生スタッフは、検査の実施やそれを踏まえたアセスメントを行い、結果をフィードバックする場合もある。「不登校・ひきこもり」では、女性クライアントの場合、お姉さんの大学院生スタッフの存在が、家族以外の人との交流を再開し、心理療法へつなげる第一歩としての役割を果たすことがある。症状や不適応状態が比較的深刻と考えられる20代のクライアントは、発達障害や不登校など、子どもの頃からの不適応を抱えている場合が多い。学生時代まではスクールカウンセラーや学生相談室のサポートを得ていた人たちであり、それに代わるものとしての期待が当相談室に向けられている。当相談室は大学キャンパス内にあり、スクールカウンセラーや学生相談室を利用してきたクライアントにとっては、安心して来談しやすい環境が整っていると考えられる。先に20代の「発達障害」の事例を紹介したが、近年、子どもだけでなく成人の発達障害の事例も増えている。精神科クリニックから、発達検査のために当相談室に紹介される事例も多いが、当相談室では、指導を受け、練習を重ねた上で、大学院生スタッフが発達検査などの心理検査を実施している。

30代の相談は、配偶者との関係など、家庭内の問題が目立ち、友人や知人には相談し難い内容であることから、クライアントは一人でストレスを抱えて来談している。当相談室は、主婦にも無理のない料金設定や、無料の託児サービスにより、

子育て中の女性も安心してカウンセリングを継続できること、女子大内にある相談室で女性スタッフがカウンセリングを行うことなど、女性にとっては利用しやすい安心な場として受け止められていると考えられる。40代では、自分自身の生き方を問い直す内容の相談が多い。このような相談も大学院生スタッフが担当しているが、殆どの大学院生は20代前半であり、クライアントとは親子程の年齢差がある。このような場合、大学院生スタッフは助言やコメントをせず、クライアント中心の丁寧な傾聴を心がけ、クライアント自身が自分の中にある答えにたどりつくまでのプロセスに寄り添っている。若いカウンセラーであるがゆえに、クライアントはカウンセラーに依存しすぎることなく、結果として、自立して問題解決に向かうことが多い。クライアント側にとっても、若いカウンセラーの勉強に役立っているという自負心が生まれ、次の決断に向けての励みになったり、自信につながることもあるようである。

以上のように、当相談室における取り組みについてまとめてきたが、相談の特徴を把握し、今後の方向性について指針を得ることができた。当相談室の強みは、アセスメントと30代以上の女性のカウンセリングにあると考えられ、実習生である大学院生スタッフには、アセスメントと傾聴を主としたカウンセリングのトレーニングが必要とされる。今後も、より一層地域に貢献すべく、相談室の運営および大学院生スタッフの教育に力を注ぎたい。

## 註

- 1) 親子並行面接の場合、大学院生スタッフは子どもの担当になり、保護者は、臨床心理士が担当している。
- 2) 世田谷区と昭和女子大学との連携による子育て支援多機能施設「子育てステーション世田谷」の事業の一つ。親子が集まって一緒に遊んだり、情報交換をするための憩いの場。
- 3) 本論文では、来談時に既に発達障害と診断されているケース及び発達障害の疑いとされているケースを「発達障害」に分類している。
- 4) うつと診断されているケースも含む。

## 引用文献

- 生活心理研究所 (1999). 臨床相談事業の概要  
昭和女子大学生生活心理研究所紀要, 1, 77.
- 日本臨床心理士資格認定協会 (2008). 指定大学院臨床心理学専攻 (コース) 一覧 日本臨床心理士資格認定協会 2008年7月29日  
<[http://www4.ocn.ne.jp/~jebcp/b\\_in.html](http://www4.ocn.ne.jp/~jebcp/b_in.html)>  
(2009年1月31日)
- 生活心理研究所 (2008). 平成19年度心理臨床相談室の活動 昭和女子大学生生活心理研究所紀要, 10, 145.

(たぐち かよこ 生活心理研究所)

(さとう あきこ 生活心理研究所)